



# Tahák do futrálu

hudebnílekce

Tento tahák jsem vytvořila pro všechny, kteří chtějí mít přehled a jasnou koncepci toho, co na hudební nástroj vytvářejí. V následujícím souboru najdete kartu, kterou noste s sebou ve futrále a mějte při ruce při každém cvičení. Najdete v ní nejdůležitější rady z celé příručky, mantry k zamyšlení apod.

## Před hraním:

1. Nic se nemá uspěchat
2. Cvičte s rozvahou a selským rozumem
3. Cvičte v krátkých časových úsecích, ale co nejčastěji
4. Buďte maximálně koncentrovaní
5. Buďte uvolnění a v dobré náladě

## Denní rutina saxofonisty:

1. Dechové cvičení bez nástroje
2. Hra na samotnou hubici/hubici s esem
3. Tónová cvičení
4. Stupnice/ prstová cvičení
5. Písničky pro radost

## Základní informace pro začátečníka:

1. **Postoj a držení nástroje** – 3 opěrné body, nástroj visí na krku, uvolněné tělo
2. **Nátisk** – „V“ pozice, poloha jazyka v puse
3. **Dýchání** – hluboké, nezvedat ramena, zívát, koncentrovaný úzký výdech jako do brčka